



مجلة جامعة ذي قار لعلوم التربية البدنية

مجلة علمية محكمة تصدرها كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



تأثير استخدام الصورة الحسية والذهنية في تعليم الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية وانزلاق الرجل الامامية على المتوازي المختلف الارتفاعات

ا.م.د فاطمة حسن حسون/قسم النشاطات الطلابية/جامعة البصرة

Almahh71@yahoo.com

ملخص البحث

التعرف على تأثير استخدام الصورة الحسية والذهنية في تعليم الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية وانزلاق الرجل الامامية على المتوازي. والمقارنة بين المجموعة الضابطة والتجريبية في تعليم الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي في الاختبار البعدي. استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بأسلوب المجموعة الضابطة والتجريبية، وعينة البحث (٢٠) طالبة المرحلة الثالثة للعام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣، الاستنتاجات هي استخدام الصور الحسية والذهنية ساهم بشكل إيجابي في تعلم لجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي المختلف الارتفاعات هناك تفوق للمجموعة التجريبية عن الضابطة في الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي. الكلمات المفتاحية: الصورة الحسية والذهنية - تعليم الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية وانزلاق الرجل الامامية على المتوازي المختلف الارتفاعات

Identifying the effect of using sensory and mental images in teaching saddle sitting, attaching a knee to the backswing, and sliding the front leg parallel. The comparison between the control group and the experimental group in teaching saddle sitting, attaching a knee to the back swing, and sliding the front leg to parallel in the post-test. The researcher used the experimental method in the style of the control and experimental group, and the research sample was (20) third-year female students for the academic year 2022/2023. The conclusions are that the use of sensory and mental images contributed positively to learning to sit in the saddle, attaching a knee to the back swing, and sliding the front leg on a parallel plane at different heights. There is superiority of the experimental group over the control group in

saddle sitting, attaching the knee to the back swing, and sliding the front leg to parallel

١-١ مقدمة البحث وأهميته

لابد من البحث عن الوسائل التي من شأنها ان تحت الطالبات على التفكير بما يتعلمن" وتساعدهن على تنشيط عملياتهن العقلية بشكل فعال وتوصلهن الى مستوى عال بالإداء المهاري الرياضي بشكل عام، و حركات الجمناستك بشكل خاص حيث انهن يحتاجن هذه الوسائل للوصول الى الأداء المهاري الذي يضمن تفوقهن أثناء الأداء الفعلي، ومن هذه الوسائل التي ستستخدمها الباحثة الصورة الحسية المادية، والصورة الذهنية، وان هذه الاساليب تنظم التعليم الرياضي وتوجه وتمكن الطالبة من تجميع المعلومات وتنظيمها بطريقة تمكنهن من تسهيل استدعائها وتحليلها وتفسيرها عند الحاجة اليها، فهي قادرة على حصر انتباه الطالبات وتوجيهن نحو نوع المهارة الرياضية مما يجعل تعلمهن اكثر عمقا ورسوخا في الذاكرة، فضلا عن كونها تساعدن في التركيز على الافكار والنقاط الضرورية للمهارة المراد تعلمها وربط المعلومات الجديدة بالمعلومات السابقة .

ومن هنا جاءت اهمية البحث من خلال ضرورة استخدام الصورة الحسية و الذهنية و ملاحظة دورهما الفاعل في العملية التعليمية في رياضة الجمناستك كونها تساعد الطالبات على توجيه انتباههن وتنظيم المعلومات التي يستقبلنها وربطها بما لديهن من معلومات سابقة في بنيتهم المعرفية بصورة تمكنهم من استدعائها عند الحاجة ، الامر الذي يتيح لهن تنفيذ المهارات المطلوبة بالشكل المناسب وتوجيهن اثناء الاداء على وفق مستواهن قدراتهن العقلية والبدنية.

١-٢ مشكلة البحث

يختلف التعلم الحركي للطالبات طبقاً للخصائص التي تتميز بها الرياضات المتنوعة في مناهج كليتنا ومنها رياضة الجمناستك على وجه الخصوص وأيضاً استخدام أساليب تعليمية ملائمة من اجل الوصول إلى تعليم المهارات المطلوبة بشكل جيد و المراد بالتأكيد هو الوصول إلى توظيف صحيح للمهارات أثناء الأداء الفعلي (الامتحان).

ومن خلال خبرة الباحثة في رياضة الجمناستك لاحظت إن العديد من الأساتذة لا يأخذون بنظر الاعتبار الوسائل والأساليب الحديثة ومنها الصور الحسية و الذهنية كونها وسائل تعليمية تساعد الطالبات على كيفية توجيه انتباههن وتنظيم المعلومات التي يستقبلنها بأشكال متعددة في تعلم المهارات في الجمناستك التي هي من أهم وأصعب المراحل الواجب الاهتمام بها . لذا ارتأت الباحثة إلى اعداد منهج باستخدام الصور الحسية و الذهنية من اجل تطوير الاداء المهاري للجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي لغرض كسب الوقت والجهد كوسيلة تعليمية مؤثرة تستخدم لتحقيق أفضل النتائج.

٣-١ هدف البحث: يهدف البحث إلى:

- ١- التعرف على تأثير استخدام الصورة الحسية و الذهنية في تعليم الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي.
- ٢-المقارنة بين المجموعة الضابطة و التجريبية في تعليم الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي في الاختبار البعدي.

٤-١ فرضا البحث

- ١- هناك فروق معنوية في تعليم الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي لدى المجموعة التجريبية بين الاختبار القبلي و البعدي و لصالح البعدي .
- ٢- هناك فروق معنوية بين المجموعة الضابطة و التجريبية في الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي في الاختبار البعدي و لصالح المجموعة التجريبية.

٥-١ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري: طالبات المرحلة الثالثة للعام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢٣

٢-٥-١ المجال الزمني: من ٢٠٢٣/٢/١٢ إلى ٢٠٢٣/٣/٢٣

٣-٥-١ المجال المكاني: القاعة الرياضية في كلية التربية البدنية و علوم الرياضة / جامعة البصرة

٢-١ منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئة (الضابطة و التجريبية) ذات القياسات القبليّة و البعديّة لحل المشكلة المراد بحثها .

٢-٢ مجتمع البحث وعيّنُهُ: تمثل مجتمع البحث بطالبات المرحلة الثالثة للعام الدراسي (٢٠٢٣/٢٠٢٢) و البالغ عددهن (36) طالبة، و تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية باستخدام القرعة و عددهم (٢٠) طالبة بواقع (١٠) طالبات للمجموعة الضابطة و (١٠) طالبات للمجموعة التجريبية، و بذلك بلغت نسبتهم (٥٦%) من مجتمع البحث، ثم قامت الباحثة بأجراء التجانس و التكافؤ بين أفراد المجموعة الضابطة و التجريبية لمتغيرات البحث الأساسية "العمر الزمني، الطول، الوزن، والأداء"، و الجدول (١) يبين التجانس لعينة البحث.

جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف للمتغيرات الأساسية

متغيرات البحث	وحدة القياس	عينة البحث	
		س-	ع ±
العمر	سنة	٢٠,٠٨	١,٠٨
الطول	سم	١٦١,٧	٣,٤٤
			معامل الاختلاف
			٧,٦٧
			١٩,٨٠

الوزن	كجم	٥٨,٥٨	٢,١٧	٣,٧٠
الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي المختلف الارتفاعات	درجة	٣,٥٥	١,٠٢	٢٨,٧٣

من جدول (١) يتبين إن جميع قيم معامل الاختلاف لدى عينة البحث في المتغيرات الأساسية قيد البحث كانت اقل من ٣٠٪ مما يدل على تجانس افراد العينة ،ثم قامت الباحثة بإيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث في متغيرات البحث الأساسية وكما هو مبين في جدول (٢).

جدول (٢)

التكافؤ بين مجموعتي البحث

ت	المتغيرات	المجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	الدلالة الإحصائية
١	العمر	الضابطة	٢٠,٠٥	١,٠٦	٠,٢٥	غير معنوي
		التجريبية	٢٠,٠٣	١,٠٥		
٢	الطول	الضابطة	١٦٠,٢٨	٣,٢٥	١,٠٢	غير معنوي
		التجريبية	١٦١,٥٨	٣,٥٧		
٣	الوزن	الضابطة	٥٨,٢٤	٢,٥٧	١,٥٤	غير معنوي
		التجريبية	٥٧,٦٨	٢,٦٤		
٤	للجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي	الضابطة	٣,٢٤	١,٢٥	١,٢٨	غير معنوي
		التجريبية	٣,٦٧	١,٦٤		

يتضح ان جميع قيم (ت) غير معنوية مما يتضح عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين مما يدل على انها متجانسة.

٢-٣ الوسائل والادوات والاجهزة المستخدمة في البحث

يذكر وجيه محبوب (١٩٩٣) (ان ادوات البحث هي التي تساعد الباحث في جمع بياناته وحل مشكلته وصولاً لتحقيق اهداف البحث مهما كانت الادوات من بيانات وعينات واجهزة) (٤ : ١٧٩)، لذا اعتمدت الباحثة على عدة وسائل وادوات واجهزة للوصول الى نتائج البحث وكما يأتي:-

٢-٣-١ وسائل جمع المعلومات.

استخدمت الباحثة عدة وسائل لجمع المعلومات لغرض الحصول على نتائج صحيحة وصولاً لحل مشكلتها البحثية وكما ياتي:

- المصادر العربية والأجنبية .

- الاختبارات و القياس .

- استمارات استطلاع آراء الخبراء والمختصين .

- - الشبكة الدولية للمعلومات(الانترنت).

٢-٣-٢ الادوات و الاجهزة المستخدمة في البحث

- صافرة عدد (2).

- شريط قياس معدني.

- اشربة لاصقة ملونة .

- جهاز طبي لقياس الوزن والطول الالكتروني.

- شاشه عرض نوع GENERAL قى اس (50) بوصه.

- حاسوب لابتوب نوع (HP).

- كاميرة فيديويه نوع sony بسرعة ١١٠ صورة/ثانية .

- اقراص CD .

-جهاز المتوازي مختلف الارتفاعات.

٢-٤ عرض الصور والفيديوهات الحسية و الذهنية:

قامت الباحثة بأعداد منهج يتلاءم مع عينة البحث يتضمن عرض صور وفيديوهات حسية وصورية والاداء المهاري والتي عملت به المجموعة التجريبية، بعد ان قامت الباحثة بأعداد منهج للصور الحسية والذهنية تم

عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين لتحديد مدى ملاءمته ومناسبته لأفراد عينة البحث وإبداء رأيهم فيه واقتراح بعض التعديلات عليه وبعد الاخذ بأرائهم اصبح المنهج بشكله النهائي.

ثمة أسس تم مراعاتها من قبل الباحثة للوصول بالعينة إلى أفضل مستوى ممكن وذلك من خلال ما يأتي:

- تناسب المادة العلمية الموجودة في المنهج مع تحقيق الهدف المرجو منه.
- مراعاة تسلسل الأداء المهاري في تعليم المهارة.
- مراعاة الوقت المناسب للعرض.
- مراعاة خصائص العينة من الإمكانيات البدنية والقدرات مهارية
- - مراعاة مبدأ السلامة والامان للطالبات
- مراعاة توفير كافة المستلزمات من ادوات واماكن مناسبة لتنفيذ المنهج
- تضمن المنهج (٨) وحدات تعليمية، زمن كل وحدة تعليمية (٣٠) دقيقة موزعة على (٤) اسابيع، بواقع وحدتين تعليمية في الأسبوع .

٢-٥ تقييم الاداء المهاري (الفني) للجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي المختلف الارتفاعات للطالبات:

لغرض تقييم الأداء المهاري لطالبات المرحلة الثالثة، قامت الباحثة بأعداد استمارة، وتم عرضها على الخبراء والمختصين في الجمناستك والتعلم الحركي إذ تم تقسيم كل مهارة من المهارات إلى ثلاثة أقسام هي (التحضيرية، الرئيسي، الختامي)، وتم تحديد الدرجة الكلية للمهارة ب(١٠) درجات موزعة كالاتي(٣) درجات للقسم التحضيرية، ٥ درجات للقسم الرئيسي، ٢ درجات للقسم الختامي)، وبعد اجراء المقابلات الشخصية مع الخبراء والمختصين في البايوميكانيك حول مكان وسرعة الكاميرا، قامت الباحثة بتصوير كل اختبار باستخدام كاميرا سرعتها(١١٠) صورة/ثانية وضعت في جانب القاعة تبعد عن الطالبة(٥) متر وتم تثبيتها على قاعدة ثابتة بارتفاع (١,٥) متر، وبعد الانتهاء من عملية التصوير ولغرض تقييم الأداء المهاري للطالبات وتحديد المحاولة الأفضل لكل طالبة قامت الباحثة بعرض افلام التصوير (الاقراص الليزرية) على الأساتذة في الجمناستك، وبعدها تم عرض الافلام الفيديو على ثلاثة مقيمين بالجمناستك * لغرض تسجيل

١ أ.د ليث محمد: تعلم /جمناستك، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة البصرة

٢ أ.د غازي فيصل: جمناستك، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة البصرة

٣ أ.د علي جبار: جمناستك، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة البصرة

التقديرات وبشكل منفرد من خلال إعطاء درجة لكل قسم من أقسام المهارة ، لذا تم حساب درجة لكل طالبة لدى كل مقيم من المقيمين الثلاثة وجمعها وتقسيمها على عددهم لاستخراج الدرجة النهائية لكل طالبة.

٦-٢ تجربتنا البحث الاستطلاعية:

اجرت الباحثة تجربتين استطلاعتين لغرض الوقوف على الصعوبات والمعوقات التي قد تظهر اثناء تطبيق الاختبارات.

١-٦-٢ التجربة الاستطلاعية الاولى:

قامت الباحثة بأجراء التجربة الاولى في ٢٠٢٣ / ٢ / ١٢ في الساعة التاسعة والنصف صباحا على مجموعة من الطالبات والبالغ عددهم (٦) طالبات من مجتمع البحث وكان الغرض منها هو تدريب المساعدين وتوزيع المهام عليهم على كيفية اجراء القياسات المستخدمة في الاختبارات وشرح الاختبارات.

٢-٦-٢ التجربة الاستطلاعية الثانية:

قامت الباحثة بإعطاء بعض الوحدات على عينه التجربة الاستطلاعية بتاريخ ٢٠٢٣ / ٢ / ١٤ وذلك للتأكد من مدى مناسبة الصور والفيديوهات لقدرات الطالبات وتفهمهن واستيعابهن لها.

٧-٢ خطوات تنفيذ تجربة البحث الرئيسية:

١-٧-٢ الاختبارات القبليّة :

قام الباحث بإجراء الاختبارات القبليّة للمجموعة الضابطة و التجريبيّة في ٢٠٢٣ / ٢ / ١٥ في تمام الساعة التاسعة والنصف صباحا.

٢-٧-٢ التجربة الرئيسيّة :

تم تطبيق التجربة الرئيسيّة على المجموعة التجريبيّة واستغرقت شهر بواقع (٢) اسبوعيا للفترة من ٢٠٢٣ / ٢ / ١٦ ولغاية ٢٠٢٣ / ٣ / ١٦

٣-٧-٢ الاختبارات البعديّة :

قامت الباحثة بإجراء الاختبارات البعديّة على عينة البحث و كالآتي:

- في ٢٠٢٣/٣/١٩ في تمام الساعة التاسعة والنصف صباحا (المجموعة الضابطة و التجريبية).

٢-٨ الوسائل الاحصائية :

استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية Spss ومنها استخراج مايلي:-

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الاختلاف
- قانون (t) للعينات المستقلة و غير المستقلة
- قانون الارتباط البسيط بيرسون

٣- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

٣-١ عرض النتائج:

جدول (٣)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي

الدلالة الاحصائية	قيمة (t)	البعدي		القبلي		المتغير
		الانحراف	الوسط	الانحراف	الوسط	
معنوي	٤,٥٨	١,٨٨٨	٧,٨٩	١,٦٤	٣,٦٧	الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية وانزلاق الرجل الامامية على المتوازي

يبين الجدول (٣) أن هناك فروق في حيث ان قيمة (ت) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية عند ٠,٠٥ مما يعني هناك فروق بين القياس القبلي و البعدي و لصالح البعدي.

جدول (٤)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) للمجموعة التجريبية و الضابطة القياس البعدي

الدلالة الاحصائية	قيمة (t)	التجريبية		الضابطة		المتغير
		الانحراف	الوسط	الانحراف	الوسط	
معنوي	٣,٨٧	١,٨٨	٧,٨٩	١,٥٧	٥,٤٧	الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي

يبين الجدول (٤) أن هناك فروق في حيث ان قيمة (ت) المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية عند ٠,٠٥ مما يعني هناك فروق بين المجموعة الضابطة و التجريبية ولصالح التجريبية في القياس البعدي.

٣-٢ مناقشة نتائج البحث:

يتضح من خلال الجدولين (٤،٣) أن هناك فروق بين المجموعة الضابطة و التجريبية و لصالح التجريبية في الاختبار البعدي ، و أن هناك فروق بين القياس القبلي و البعدي في المجموعة التجريبية و لصالح البعدي في الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي المختلف الارتفاعات للطالبات و يعود ذلك الى استخدام الصور الحسية و الذهنية المتنوعة التي استخدمت في البحث الذي عمل على تحسين الذاكرة و تدعيمها و تطوير مستوى الأداء المهاري في هذه الحركة من خلال ما تم عرضه من صور و فيديو خاصة بالمهارة حيث يساعد ذلك على تطبيق القرار الذي يتخذه الدماغ مما ينعكس إيجابا على الأداء المهاري، حيث ان توفر المعلومات التي تعطى تمكن المؤدي من اختيار الاستجابة الصحيحة و ترك الأخطاء ، لذا تعد هذه المعلومات المقدمة شرطا ضروريا في عملية التعلم مما يسهل القيام بالأداء المطلوب بشكل أسهل (٢: ١٦٩)

هذا الذي جعل الباحثة تستخدم الصور الحسية و الذهنية في عملية المعرفة و التصور و التي جعلت العينة أكثر تفاعلا مع بعضهم و اكثر تشوقا لإداء المهارة و خلق الأجواء الاجتماعية الإيجابية مما ينعكس إيجابيا على الأداء، و يعطي فرصة للجميع في المشاركة في الأداء سواء كانت مشاركة فردية أو جماعية مما يخلق الرغبة بالمشاركة الفعلية، حيث لتحقيق الفائدة من التطبيق لابد من مراعاة عامل التحفيز و التشويق و الاثارة و الخروج عن النمطية (٥: ٥٠) فضلا عن استخدام الوسائل المتنوعة تعمل على الكشف لكثير من القدرات الكامنة مع الاخذ بنظر الاعتبار الإمكانيات لتطوير القدرات (٣: ٢٩١)

و هذا ما يتفق مع دراسة احمد صابر (٢٠١٠) الذي اوجد تقدم المجموعة التجريبية في الاختبارات بعد ان استخدم المؤثرات التعليمية (١).

كذلك توعد الباحثة التطور بالأداء المهاري في الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي المختلف الارتفاعات الى ان استخدام الصور الحسية و الذهنية الى زيادة تركيز الطالبة و ذلك لامعان النظر في الصور و الفيديو التي استخدمتها الباحثة حيث أعطت فرصة الى التركيز

في النواحي الفنية للمهارة مما يساعد في تعلمها، كذلك ساعد ذلك التكيف الذي حصل بين الجهازين العضلي والعصبي و ذلك من خلال تصور و تكوين المثير (الإشارة الواردة للعضلات) و توجيهها نحو أداء المهارة الرياضية.

٣- الاستنتاجات و التوصيات:

٤-١ الاستنتاجات: توصلت الباحثة للاستنتاجات التالية:

- ١- استخدام الصور الحسية و الذهنية ساهم بشكل إيجابي في تعلم الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي المختلف الارتفاعات.
- ٢- هناك تفوق للمجموعة التجريبية عن الضابطة في الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي.

٤-٢ التوصيات: توصي الباحثة بما يلي:

- ١- استخدام الصور الحسية و الذهنية في تعليم الطالبات الجلوس السرجي تعلق ركبة بالمرجحة الخلفية و انزلاق الرجل الامامية على المتوازي لما لها من أهمية في تطور الأداء المهاري.
- ٢- استخدام الصور الحسية و الذهنية في تعليم مهارات رياضية أخرى في رياضة الجمناستيك و رياضات أخرى.

المصادر

- ١- احمد صابر: منهاج مقترح لتعليم مهارة الارسال المواجه من الأعلى بالكرة الطائرة باستخدام مؤثرات تعليمية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة، ٢٠١٠.
- ٢- اكرم صبحي، نجاح مهدي: التعلم الحركي ، دار الكتب للطباعة و النشر ، بغداد، ١٩٩٤.
- ٣- قاسم حسن، رشاد عباس: تأثير منهج تعليمي باستخدام الوسائط المتعدد في تطوير الذكاء الجسمي الحركي و دقة الضربة الطائرة بالسكواش ، مجلة علوم التربية الرياضية ، جامعة بابل، العدد (٢) ، مجلد (٦) ، ٢٠١٣.
- ٤- وجيه محجوب: طرائق البحث العلمي ومناهجه، العراق، بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، ١٩٩٣.
- ٥- ناهدة عبد زيد: اساسيات في التعلم الحركي ، الدار البيضاء للطباعة و النشر، ٢٠٠٨.